

Как помочь застенчивому ребенку?

Очень часто приходится работать с детьми, которые в силу своих личностных особенностей, таких как замкнутость, нерешительность, испытывают сложности при общении со сверстниками. А ведь застенчивость – сложное состояние, и оно может оказывать самые разнообразные воздействия – от ощущения лёгкого дискомфорта до необъяснимого страха перед людьми; что в дальнейшем может привести к тяжёлым неврозам. *Причин возникновения* достаточно много. И самые распространенные будут следующие:

- нежелание встречаться с новыми людьми, ограничение круга общения;
- невозможность выразить своё мнение и отстаивать свою точку зрения;
- страх перед людьми, которые, по мнению ребёнка, представляют некую эмоциональную угрозу и т. д.

В настоящее время, психологи, предполагают, что застенчивость, является результатом на эмоции страха, которая возникает при взаимодействии с другими людьми и в дальнейшем, без коррекции может не только развиваться, но и закрепляться в самосознании. Задачей родителей и воспитателей в этом случае и будет являться, помощь в преодолении застенчивости, формирование желания общаться. Эта проблема при своевременной работе вполне разрешима. В противном случае с течением времени, у ребёнка складывается определённый стиль поведения. При решении этой проблемы, достаточно важно выбрать определённый стиль поведения при общении с ребёнком. При этом необходимо помнить об осторожном и деликатном обращении, ведь он острее реагирует на все обращённые к нему слова и действия. Теперь попробуем выработать определённые принципы работы:

- необходимо, постоянно подкреплять в ребёнке уверенность в себе и своих силах. Говорить: *«Ты молодец! У тебя всё получится! Ты смог это сделать!»*. Положительная оценка, данная вами, будет закреплять уверенность ребёнка в себе;

- привлекать ребёнка к выполнению различных поручений, связанных с общением. Лучше предложить ребёнку работать в паре с тем, кому он доверяет. Например: *«Помогите мне разложить листы бумаги и карандаши для работы»*.

- расширять круг знакомств, чаще приглашать к себе домой друзей, разнообразить маршруты прогулок. При такой планомерной работе вы заметите, что ваш ребёнок станет более комфортно чувствовать себя со сверстниками и взрослыми, легче адаптироваться в новом коллективе, ощущать себя увереннее.